



Farb- und Raumpsychologie

Modischer Trend oder ganzheitliche Notwendigkeit?

Anna-Katharina Buse

Wohl kaum jemand geht gern zum Arzt und ins Krankenhaus noch viel weniger. Die drohende Ungewissheit sorgt für Angst, der typische Geruch und die sterile Atmosphäre verstärken dieses Gefühl noch. Hier könnte die beruhigende und heilende Kraft der Farb- und Raumpsychologie nicht nur die Patienten positiv stimulieren; der Wohlfühlfaktor beeinflusst auch das Miteinander des medizinischen Personals. Doch noch gibt es vergleichsweise wenig realisierte Projekte. Vor allem in Krankenhäusern verhindern dies oft hierarchisch aufgebaute Strukturen; niedergelassene Ärzte dagegen setzen inzwischen durchaus häufiger auf diese bewusste Art der Gestaltung – sowohl aus therapeutischer als auch aus unternehmerischer Sicht.

Früher linderte der Medizinmann die Schmerzen der Menschen. Ein Besuch bei ihm war für die Patienten eine äußerst positive Erfahrung. Sie empfanden es als Ehre, geheilt zu werden. Heute bedeutet der Arztbesuch für die meisten Menschen Stress; etwa 70 Prozent leiden sogar unter Angst. Sie haben den typischen Krankenhaus- bzw. Arztgeruch in der Nase und denken mit Grauen an die sterile Atmosphäre. Es ist die Angst vor der Diagnose und deren Folgen, Angst vor Schmerzen oder auch Vorbehalten, sich mit seinem Problem anzuvertrauen. Sie verspüren oft ein Gefühl von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein, welches sich wiederum auf Körper und Psyche auswirkt.

Über die weichen Faktoren die Genesung und das Wohlbefinden steigern

Kliniken und Praxen müssen nicht nur profitabel wirtschaften, sie müssen den Patienten mehr bieten. Doch was bedeutet dieses „mehr“? Die Interaktion zwischen Arzt und Patient kann nicht für sich alleine stehen. Die meisten Patienten können die ausgezeichnete medizinische Versorgung nur begrenzt bewerten. Ihr Augenmerk richtet sich auf Faktoren wie Essen, Hygiene, Dienstleistung oder auch Gestaltung der Räume. Somit muss die gesamte Klinik als Ort therapeutischer Intervention berücksichtigt werden. Daher sollte bei der Planung und

← **Klinik Rosengasse Prof. Hofmann GmbH Ulm**

Bei der innenarchitektonischen Gestaltung dieser Klinik wurde Wert darauf gelegt, dass der Patient auch bei einer längeren Wartezeit durch eine sinnliche Wahrnehmung inspiriert wird. Zum Beispiel hat man bei der Anmeldung eine etwas höhere Theke in warmen Holz mit gerundeten Kanten verwendet. Der Patient soll die Theke gerne anfassen und sich schon am Anfang behaglich fühlen. Unterstrichen wird das Gefühl der Entspannung und Beruhigung durch eine Wasserwand, eine Skulptur sowie die in unterschiedlichen Farben und Mustern leuchtenden Farbfelder der Farbtafel.

Foto: Prof. Hofmann GmbH, Ulm

der Gestaltung die komplexe Patient-Arzt-Pflegepersonal-Beziehung, also der Mensch im Mittelpunkt des medizinischen Unternehmens stehen. Gerade die Philosophie des Feng Shui sowie die Farb- und Raumpsychologie bieten hier viele gute Ansätze. Feng Shui hat sich aus der Beobachtung der Natur entwickelt und wirkt über das Gefühl.

Man kann an Feng Shui glauben oder nicht, aber dem Einfluss der uns umgebenden Schwingungen kann man sich nicht entziehen. Die Energien oder unbewusst wahrnehmbaren Faktoren treffen uns, ob wir wollen oder nicht. Es gibt Beispiele von Arztpraxen und Kliniken die zeigen, dass Feng Shui selbst dann wirkt, wenn man nicht daran glaubt. Die Jahrtausende alte asiatische Philosophie geht davon aus, dass jeder Ort eine Atmosphäre, eine Energie hat, die negativ oder positiv für den Menschen spürbar ist und sich auf ihn überträgt. Früher waren sich die Menschen aller Kulturkreise sehr bewusst über den Einfluss ihres Wohn- und Arbeitsumfeldes. Auch wir kennen heute alle das Gefühl einen Raum zu betreten, in dem wir uns spontan wohl fühlen oder nicht.

Dabei gibt es eine Reihe von Faktoren, die dieses spontane Gefühl beeinflussen: Zum Beispiel die Raumaufteilung, Formgebung, Anordnung der Möbel, die überwiegenden Materialien, Lichtverhältnisse und Farben sowie die Akustik in einem Raum. Mit Feng Shui können diese so genannten weichen Faktoren, die auf unser Wohlbefinden unbewusst wirken, bewusst gemacht und positiv eingesetzt werden. Dieses Wissen lässt sich hervorragend in der Gestaltung von angstbesetzten Räumen wie Krankenhäusern, Klinken und Praxen als Orten der Heilung nutzen. Wichtig dabei ist, welche Impulse auf den einzelnen Menschen einwirken.

So kann eine ganzheitliche Gestaltung die Angst verringern und eine vertrauensvolle und entspannte Atmosphäre erzeugen. Laut Claudia Schumm (siehe Literaturangaben) hat der Raum „die Aufgabe, den Menschen Heilung zu vermitteln anstatt ihre Krankheit zu bestätigen“. So sollten Architektur, Innenarchitektur, Design und weiche Faktoren Teil der Therapie werden und aktiv in den Heilungsprozess mit einbezogen werden. Eine bewusste Raumgestaltung gibt unbewusste Impulse und erleichtert dem Patienten die Gesamtsituation, so dass er sich gestärkt und regeneriert fühlt und sich nicht in Rückzug, Isolation und Unsicherheit begibt.

Empfehlungen für die bewusste Raumgestaltung

Ein Beispiel hierfür ist die Klinik Rosengasse Prof. Hofmann GmbH in Ulm. „Wir haben bei der Gestaltung das ganzheitliche Konzept der Wohlfühlaspekte vom Empfang bis in die Patientenzimmer umgesetzt, so dass sich unsere Patienten in allen Bereichen wohl und aufgehoben fühlen sollen. Das entstandene Ambiente wirkt nicht nur auf die Patienten, es wirkt sich genauso auf die Zufriedenheit der Mitarbeiter und damit auch auf die Qualität des Service aus“ berichten die Eheleute Prof. Dr. Margot Wuestner-Hofmann und Prof. Dr. Albert Hofmann.

In Arztpraxen allgemein

In der harmonischen Gestaltung der Praxisräume spiegelt sich die Ganzheitlichkeit des Spektrums der Behandlung wider. Bewusst und harmonisch gestaltete Praxisräume können den Patienten ein Umfeld bieten, in dem sie ihre Ängste vergessen können. Sie fühlen sich in der Praxis wohl und das wirkt heilend. Dies wird auch durch den bewussten Einsatz der heilenden Kraft von Farben verstärkt. Kranke Menschen reagieren je nach Art der Erkrankung empfindlicher auf Farben als Gesunde. Gerade der Eingangsbereich ist die Visitenkarte des Unternehmens. Hier tritt die Philosophie des Betreibers nach außen.

Mit dem ersten Eindruck wird auch das „Innenleben“ der Arztpraxis oder Klinik assoziiert. So sollte im Empfangsbereich eine freundliche und einladende Gestaltung mit klaren Strukturen vorherrschen. Den Eingang kann zudem ein Willkommensgruß oder Segensspruch schmücken. Das Wartezimmer sollte in warmen Farben gestrichen sein. Angenehme Düfte beruhigen ebenso wie meditative Musik und ein Aquarium schafft für Patienten eine entspannte Atmosphäre.

Die Ablenkung baut Angst ab. Zudem sorgt das gleichmäßige Plätschern eines Brunnens für eine Beruhigung der Patienten. Bequeme Stühle erleichtern das Warten. Pflanzen, wie etwa ein Zimmerbambus, haben eine heilende und beruhigende Wirkung. Sie heben zudem die Stimmung. Gleichzeitig werden durch Farbgebung und Pflanzen aber Sauberkeit und Frische vermittelt.

Beim Zahnarzt, Gynäkologen oder Entbindungsstationen

Hier gibt es eine Besonderheit: Während der Behandlung schauen die Patienten an die Decke. Für Ablenkung sorgen hierfür Lösungen wie Mobile, Deckenmalerei mit Tiefenwirkung oder Fernseher. Weiterhin trägt meditative Musik zur Entspannung bei. Auch die psychologische Bedeutung der Farben ist zu berücksichtigen. Zum Beispiel Rot oder Apricot sollten keinesfalls verwendet werden, da sie die Durchblutung und damit den Schmerz fördern.

Durch vielfältige wissenschaftliche Untersuchungen ist es inzwischen unstrittig, dass Farben allgemeingültige Auswirkungen auf das körperliche und seelische Wohlbefinden haben. So hat eine spezielle Tönung der



↑ Bei den Patientenzimmern wurde unter anderem darauf geachtet, keine typischen Krankbetten zu wählen, sondern Betten mit einem hohen Liege- und Pflegekomfort.

Foto: Prof. Hofmann GmbH, Ulm

Farbe Blau in einer Untersuchung Erstaunliches bewirkt. Testpersonen in blaugrün gestrichenen Büroräumen gaben schon bei 15°C an, dass sie frieren. Bei den Testpersonen, die sich in den orangerot gestrichenen Räumen aufhielten, stellte sich der gleiche Effekt erst bei 11 °C. Dieses Ergebnis lässt sich beispielsweise bei Bluthochdruck durchaus in die Praxis umsetzen. Blau übt dagegen eine blutdrucksenkende Wirkung aus. Auch Düfte aus Heilkräutern fördern den Heilungsprozess.

Im Krankenhaus

Der Wartebereich und die endlos langen weißen Flure gestalten sich oft als unruhige Orte in Kliniken. Hier fühlt sich der Patient mit seinen Gedanken, Ängsten und Unsicherheiten allein gelassen. Umso wichtiger ist es, dem Wartenden einen Raum der Erholung zu bieten. Dies zeigt sich in der Wahl der Materialien, Form und Farben. Gerade auf den Kinderstationen ist es wichtig, die Flure mit fröhlichen Farben und Wandmalereien zu gestalten und auch bei den jeweiligen Zimmertüren gilt es durch eine unterschiedliche Farbgestaltung der Türen und am Boden einen Wiedererkennungswert im Sinne „das ist mein Zuhause“ zu vermitteln.

Die Patientenzimmer sollten in einem Pastellton mit Rosa oder Apricot gestrichen sein. Diese Farben helfen die Haut auf und lassen den blassen Menschen im Spiegel gesünder erscheinen. Dies wird von unserem Unbewussten registriert. Ebenfalls sollte hier darauf geachtet werden, dass sie trotz hoher hygienischer Anforderungen nicht steril wirken, sondern wohnlich gestaltet werden. Gerade bettlägerigen Menschen bringt eine

Tompe-l'oeil-Deckenmalerei eine erfreuliche Ablenkung und fördert das Wohlbefinden. Auch Bilder mit Motiven aus der Natur (Blumenwiesen, gesunde Bäume) fördern den Heilungsprozess, ebenso wie die richtige Position des Bettes mit Blick in die Natur.

Für Ruheräume, wie etwa zur Akupunktur, empfiehlt sich helles Grün einzusetzen. An der Decke kann ein kreisförmiger Farbenkreis mit Tiefenwirkung zusätzlich für Entspannung sorgen. Meditative Musik sollte nach Bedarf eingesetzt werden. Werden Kissen und Bänke in Goldgelb gehalten, stärkt dies den Solarplexus und die Lebensfreude.

Der Bestrahlungsraum sollte in hellem Pastell Blaugrün gestrichen sein. Das Bestrahlungsgerät sollte so stehen, dass der Patient die Tür im Auge behalten kann, dieses gibt ihm ein Gefühl von Freiheit. Meditative Musik und der Einsatz von Düften sprechen die Sinne an und wirken beruhigend. Bewusst gewählte und farblich abgestimmte Fotos aus der Natur an den Wänden (als Ersatz für echte Pflanzen und Blumen) wirken aufgrund der Perspektive ebenfalls beruhigend. Gerade solche Räume sind oft fensterlos, so dass Bildmotive mit Fenster mit einem goldgelben Rahmen den Eindruck von Sonnenlicht entstehen lassen.

Der Inhalationsraum sollte in hellem Maigrün gehalten sein. Auch hier sollte das Inhalationsgerät so stehen, dass der Patient die Tür im Auge behalten kann. Er sollte auf ein vergrößertes Bild mit dem Motiv einer Naturwiese schauen. Auch hier schulen meditative Musik und Düfte die Sinne.

Fazit

Der Einsatz von Farb- und Raumpsychologie in Anlehnung an die Philosophie des Feng Shui unter besonderer Berücksichtigung weicher Faktoren führt erwiesenermaßen zu einer besseren Patientenbindung und Kommunikation. Durch eine harmonische Raumgestaltung wird das Wohlbefinden, Stressverhalten und die komplexe Patient-Arzt-Pflegepersonal-Beziehung unterstützt und selbst angstbesetzte Räume werden so zu Orten der Kraft, Freude, Regeneration und Heilung. Ein Wohlfühlfaktor für alle und ein Gestaltungsprinzip in Richtung ganzheitlicher medizinischer Betreuung.

Dipl.-Ing. Anna-Katharina Buse ist Feng Shui Beraterin in Köln.
www.wohlfuehlarchitektur.de

Literatur

Jordan, Harald: Räume der Kraft schaffen – Der westliche Weg ganzheitlichen Wohnens + Bauen. Verlag Hermann Bauer, Freiburg

Monz, Antje, Monz, Johan: Design als Therapie – Raumgestaltung in Krankenhäusern, Kliniken und Sanatorien. Verlagsanstalt Alexander Koch, Leinfelden-Echterdingen, 2001

Schumm, Claudia: Feng Shui im Krankenhaus - Architektur und Heilung. Springer-Verlag, Wien, 2004